

Papas de Primavera al Horno

Sirve: 4 porciones

Una salsa primavera sencilla mezclada con vegetales congelados llevan las papas al horno a un nuevo nivel.

Ingredientes

- 4 papas medianas
- 4 tazas vegetales mixtas congeladas
- 1 1/4 tazas crema agria (tipo "sour cream"), sin grasa
- 1/2 cucharadita orégano seco
- 1/2 cucharadita albahaca seca
- Pimienta, al gusto

Preparación

1. Puncce cada papa varias veces con un tenedor. Coloque en el microondas en alto hasta que ablanden, es decir unos 3-4 minutos cada papa.
3. Cocine los vegetales mixtos al vapor hasta que estén calientes.
4. Mezcle la crema agria (tipo "sour cream") con las hierbas y pimienta.
5. Corte las papas por la mitad y llénelas con los vegetales al vapor. Corone con crema (tipo "sour cream") y sirva caliente.

Origen: Food and Health Communications, Inc., Visit Website

Información Nutricional

Nutrientes	Cantidad
Calorías	360
Grasa total	0 g
Grasa saturada	0 g
Colesterol	10 mg
Sodio	180 mg
Total de Carbohidrato	74 g
Fibra dietética	13 g
Azúcares totales	12 g
Azúcares Añadidas incluidas	N/A
Proteínas	12 g
Vitamina D	N/A
Calcio	N/A
Hierro	N/A
Potasio	N/A

N/A - Información no está disponible